



WELLNESS GUIDE

OEBB's wellness
resources for all of
life's adventures



Physical fitness, emotional health, and financial stability make up your total wellbeing

Find the support you need to achieve your health and wellbeing goals. Health coaches, online and self-guided programs, webinars, and more — there's something for everyone!

Click any health area below to see what's available.



Wellbeing at a Glance

Looking for resources for a specific health area? Click anywhere to learn more.

Your OEGB plans offer many different wellness tools and resources.

moda
HEALTH

 **KAISER
PERMANENTE**

 **canopy**

 **TheStandard**



Physical
Wellbeing



Emotional
Wellbeing



Financial
Wellbeing



Ongoing
Health
Conditions



Immediate Help 24/7 Care





Physical Wellbeing

Click any card below to learn more.



For Moda Health plan members

Personalized programs specific to you through your Moda 360 Member Dashboard, which also includes care reminders, health coaching, fitness products, gym memberships, weight management, and more.



For Kaiser Permanente plan members

Personal health coaching, fitness products, virtual programs, gym memberships, weight management, and more.



For OEGB members who have employer-purchased EAP coverage

Resources for physical health, fitness, nutrition, stress management, and personal safety, including counseling, online tools, gym membership discounts, and fertility health support.



Emotional Wellbeing

Click any card below to learn more.



For Moda Health plan members

Access programs specific to you through your Moda 360 Member Dashboard, including virtual therapy and health coaching, along with support from Behavioral Health Champions.



For Kaiser Permanente plan members

Personal health coaching and self-help apps for mindfulness and cognitive-based therapy.



For OEGB members who have employer-purchased EAP coverage

Life coaching, free counseling sessions, and crisis counseling.



For OEGB members who elect Short-Term Disability coverage

Access a Personal Health Advocate, who can help you navigate the complexities of the health care system.



Financial Wellbeing

Click any card below to learn more.



For Moda Health plan members

Use healthcare cost estimation tools. Keep your financial and medical information safe through identity protection.



For all OEGB members

Search the online directory for community-based resources in your area, including programs for food, housing, transportation, assistance for paying bills, and more.



For OEGB members who have employer-purchased EAP coverage

Identity theft protection, financial coaching, legal support, home ownership programs, and more.



For all OEGB members

Resources including estate and financial planning, support for life insurance beneficiaries, guidance on disability accommodations, and assistance while traveling.



Ongoing Health Conditions

Click any card below to learn more.



For Moda Health plan members

Personalized programs specific to you. Use personal health coaches, virtual physical therapy, and programs for diabetes prevention and management, cardiovascular care, chronic kidney disease management, and management of other chronic conditions.



For Kaiser Permanente plan members

Personal health coach to get support for ongoing health conditions and applicable resources. Also get support for diabetes prevention and attend classes for other ongoing health conditions.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Moda Health medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Moda Health

- [Website](#)
- Phone: 866-923-0409
- Apps: To download Moda Health-related apps, go to the [Moda Health website](#).

Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

- [Active&Fit Direct](#): Gym membership discounts. Log in to your [Member Dashboard](#) to enroll.
- [ChooseHealthy](#): Discounts on fitness and health products and services. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.
- [Coaching and health tools](#): Personal health coach to set sustainable health goals, better understand your wellbeing, manage ongoing conditions, and make healthy lifestyle changes. To get started, call 855-466-7155 or email healthcoachteam@modahealth.com.
- [Gabbi](#): Determine your breast cancer risk. Clinicians will answer questions and arrange for additional testing. They'll also develop a plan to reduce your risk. Available at no cost if you're age 18 or older.
- [Quit for Life](#): Research-based solutions and coaching for tobacco cessation. Includes nicotine replacement therapy and coverage of certain prescribed medications. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [Sprout At Work](#): All-in-one digital wellness community designed to help you build healthy habits on your well-being journey. Download the app via the Google Play Store, Apple Store, or log in to your [Member Dashboard](#).
- [Sword](#): Digital-based physical therapy care to treat all major musculoskeletal conditions. Your physical therapist will create and oversee your individualized program, and is available to chat anytime. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.
- [Teladoc](#): Connect with a primary care provider for common conditions, routine checkups, expert opinions, and wellness care. Teladoc will also coordinate labs or a specialist as needed.
- [WeightWatchers](#): Get a science-backed nutrition plan customized for your lifestyle, trackers, thousands of recipes for meal inspiration, and 24/7 coach support.

Looking for a provider? Use [Garner](#) to find high-quality care. When you go to a Garner-recommended Top Provider, you can get paid back for the cost of your visit.

Garner will begin repaying you for qualifying medical costs as of Oct. 1, 2025. However, you can set up an account and begin searching Garner's provider directory as of Aug. 15, 2025.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Moda Health medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Moda Health

- [Website](#)
- Phone: 866-923-0409
- Apps: To download Moda Health-related apps, go to the [Moda Health website](#).

Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [Behavioral Health Champions](#): Dedicated Behavioral Health 360 Champions help you find the right mental health care, services and support.
- [Cyti Psychological](#) (Oregon only): Telehealth benefit that delivers high-quality individual, family, and couples counseling.
- [Equip Health](#): Virtual eating disorder treatment for patients ages 6 and older.
- [Meru Health](#): Available to members age 18 and older, this is a 12-week treatment program to help reduce anxiety, depression, and burnout, directly from your phone.
- [Gemiini](#): Resources and support for children with Autism Spectrum Disorder and other developmental disorders. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.
- [Spring Health](#): Comprehensive mental health resources including coaching, therapy, self-guided exercises, and more. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.
- [Hazelden Betty Ford](#): Resources to help you and your family recover from substance use disorders and mental health conditions.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Moda Health medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Moda Health

- [Website](#)
- Phone: 866-923-0409
- Apps: To download Moda Health-related apps, go to the [Moda Health website](#).

Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- **Garner:** Find high-quality providers and get paid back for the cost of your visit. This includes your deductible, copay, or coinsurance. It also includes labs or imaging ordered by a Garner-recommended Top Provider.

Garner will begin repaying you for qualifying medical costs as of Oct. 1, 2025. However, you can set up an account and begin searching Garner's provider directory as of Aug. 15, 2025.
- **Healthcare Cost Estimator tool:** See what you will pay out of pocket for medical services. This online tool gives you estimates based on your personal health benefits. Log into your [Member Dashboard](#) and click on "Healthcare Cost Estimator".
- **Health Navigator:** Need help finding resources and programs to help with food, housing, clothing, utilities and more? Call the Moda 360 Health Navigator team at 866-923-0409 (TTY users, call 711).
- **IDX identity protection:** This service keeps your financial and medical information safe. Enjoy peace of mind while IDX constantly scans to detect suspicious activity related to your identity. Any change triggers an alert notification so you can take action right away. IDX monitoring monitors your credit, health claims, changes in your address, court records and payday loans, and uses CyberScan™ dark web monitoring.
- Log into your [Member Dashboard](#) to enroll at no cost you.
- **Pharmacy tools:** Access a set of pharmacy tools via Navtius to check medication costs; review your prescription history, claims, and forms; find pharmacies; and review drug interactions.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Moda Health medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Moda Health

- [Website](#)
- Phone: 866-923-0409
- Apps: To download Moda Health-related apps, go to the [Moda Health website](#).

Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [Coaching and health tools](#): Personal health coach to set sustainable health goals, better understand your wellbeing, manage ongoing conditions, and make healthy lifestyle changes. To get started, call 855-466-7155 or email healthcoachteam@modahealth.com.
- [Gabbi](#): Determine your breast cancer risk. Clinicians will answer questions and arrange for additional testing. They'll also develop a plan to reduce your risk. Available at no cost if you're age 18 or older.
- [Teladoc Diabetes Management Program](#): Get a smart scale, a personalized action plan, and ongoing expert coaching and support.
- [Pre-D prevention program](#): Helps you identify your risk of type 2 diabetes, and provides professional support and resources at no cost. Included in the program is 22 virtual, real-time sessions with a health coach. To see if you are eligible, complete the [CDC screening survey](#).
- [Sword](#): Digital-based physical therapy care to treat musculoskeletal conditions. Your physical therapist will create and oversee your individualized program, and is available to chat anytime. Log in to your [Member Dashboard](#) to get started.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Kaiser Permanente medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Kaiser Permanente

- [Website](#)
- Phone: 503-813-2000
- App:



Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [ChooseHealthy](#) discounts on fitness and health products and services.
- [ClassPass and One Pass Select Affinity](#): Gym membership access and discounts, live fitness classes and on-demand workouts, and tools to improve your health.
- [Digital healthy lifestyle program](#) includes moving more, sleeping better, quitting tobacco, and more.
- [Freedom from Tobacco](#) classes.
- [Health assessment](#): Personalized review of your health history to identify your health risks.
- [Omada](#): Free tools and dedicated health coach support to lose weight, gain energy, and take control of your health. Available at no cost if you're age 18 or older.
- [Personal health coach](#): Work with a coach to set goals and improve your health.
- [WeightWatchers](#): Get a science-backed nutrition plan customized for your lifestyle, trackers, thousands of recipes for meal inspiration, and 24/7 coach support.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Kaiser Permanente medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Kaiser Permanente

- [Website](#)
- Phone: 503-813-2000
- App:



Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [Community resource directory](#): Find community-based resources and programs for food, housing, transportation, paying bills, and more.
- [Digital healthy lifestyle program](#): Includes reducing stress and more.
- [Engage in Find Your Words](#): Kaiser Permanente's public mental health awareness campaign to fight stigma, build resilience, and help people find mental health support.
- [Mind and body health education classes](#): Online group coaching and information about condition-specific support.
- [Mindfulness](#): Learn about the mind-body connection and how to integrate mindful moments into your life.
- [Personal health coach](#): Support to help you sleep and eat better, plus stress less.
- [Self-care apps](#): Including Calm and Headspace.
- [Understanding your mental health](#): Content center with information about where to access care, self-care assessments, and more.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions



WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Kaiser Permanente medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Kaiser Permanente

- [Website](#)
- Phone: 503-813-2000
- App:



Need care now?
Click [here](#).

- [Community resource directory](#): Online resource if you need help with food, housing, paying for Internet and other utilities, and more. Plus, explore the directory of community-based programs and services in your area. This is available to all OEBB members.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard


WHO IS ELIGIBLE?

OEBB members enrolled in a Kaiser Permanente medical plan. (See benefit links for additional requirements.)

Contact Kaiser Permanente

- [Website](#)
- Phone: 503-813-2000
- App:



Need care now?
Click [here](#).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

Ongoing Health Conditions

- [Digital healthy lifestyle program](#): Includes losing weight, eating healthy, and more.
- [Omada digital diabetes management program](#): Free tools and dedicated health coach support to lose weight, gain energy, and take control of your health. Available at no cost if you're age 18 or older.
- [Omada digital weight loss program](#): This alternative approach to weight management includes personalized coaching and lessons. Available at no cost if you're age 18 or older.
- [Ongoing Chronic-Conditions Health Education Classes](#): Access on-demand or virtual classes. Topics include healthy lifestyle changes to improve your health, support for a cancer diagnosis, managing chronic pain, and living with ongoing conditions (like diabetes, arthritis, and asthma).
- [Personal health coach](#): Work with a coach to set goals and improve your health.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy is OEGB's Employee Assistance Program (EAP).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing



WHO IS ELIGIBLE?

OEGB members with employer-purchased EAP coverage.

Contact Canopy

- [Website](#)
- Phone: 800-433-2320
- Text: 503-850-7721
- App:



Need care now?
Click [here](#).

- Receive gym membership discounts.
- Fertility health support.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy is OEGB's Employee Assistance Program (EAP).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing



canopy

WHO IS ELIGIBLE?

OEGB members with employer-purchased EAP coverage.

Contact Canopy

- [Website](#)
- Phone: 800-433-2320
- Text: 503-850-7721
- App:



Need care now?
Click [here](#).

- Receive 8 free counseling sessions per incident.
- Access 24/7 crisis counseling, 365 days per year.
- Join an anonymous peer support community 24/7/365 to connect with others dealing with similar issues. Chats are moderated by licensed clinicians. You can also participate in mental health courses and self-assessments. Log in to [Canopy](#) and select the "Peer Support – Chat now" button from the top ribbon.
- Connect with a life coach.
- Access digital therapy and support through Enlight. Take a behavioral health assessment, track your goals, find relaxation tools, and more.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy is OEGB's Employee Assistance Program (EAP).

Physical Wellbeing

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing



WHO IS ELIGIBLE?

OEGB members with employer-purchased EAP coverage.

Contact Canopy

- [Website](#)
- Phone: 800-433-2320
- Text: 503-850-7721
- App:



Need care now?
Click [here](#).

Talk with an advisor or use online resources related to:

- Childcare and eldercare.
- Financial coaching.
- Home ownership program and housing support.
- Identity theft.
- Legal consultations, will kit, and other online legal tools.
- Pet insurance.

To access EAP services and programs online, [register for a Canopy account](#).

Company name: OEGB

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | **The Standard**

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

- **Personal Health Advocate:** If you are on a Short-Term Disability claim, there is no need to take on the health care system by yourself. At no additional cost, you can connect with a Personal Health Advocate who can help you:
 - Understand and take maximum advantage of your medical benefits.
 - Make sense of your diagnosis and research treatment options.
 - Find and schedule appointments with the right doctors and specialists, particularly for complex medical conditions where a second opinion is appropriate.
 - Locate specialists for high-risk pregnancies and find pediatricians.
 - Manage your out-of-pocket expenses by finding alternative services and cost information.
 - Resolve medical claims and billing issues.
 - Find resources that may not be covered through your OEGB benefits.



WHO IS ELIGIBLE?

OEGB members enrolled in life or disability coverage.

Contact The Standard

- [Website](#)
- Phone: 866-756-8115
- App:



Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | **The Standard**

Emotional Wellbeing

Financial Wellbeing

**WHO IS ELIGIBLE?**

OEBB members enrolled in life or disability coverage.

Contact The Standard

- [Website](#)
- Phone: 866-756-8115
- App:



- **[Life Services Toolkit](#)**: Available to all OEBB members, these online tools can help you create a will, make funeral plans, organize your finances, work toward wellness goals, and protect yourself from identity theft. Plus, for life insurance beneficiaries, there is grief support, legal services, and financial assistance.
- **[Travel Assistance](#)**: This is available to all OEBB members, spouses, and kids through age 25 when traveling more than 100 miles from your home or internationally. It offers aid before and during your trip, including health inoculation recommendations, credit card and passport replacement, and missing baggage and emergency cash coordination.
- **[Workplace Possibilities](#)**: This is available to all OEBB members. If you experience an injury or health issue, your Workplace Possibilities team can assist with workplace accommodations to help you stay at work, or they can help you create a plan to transition back to the workplace after a disability. Examples include ergonomic evaluations and light-duty jobs that you can do while you're recovering.

Need Care Now?

Telehealth is available at no cost to all OEGB members and their dependents enrolled in a medical plan. Additionally, Canopy offers 24/7 crisis counseling.



For Moda Health plan members

Teladoc: Virtual primary care for common conditions, routine checkups, mental health, expert opinions, and wellness care.

CirrusMD app: Virtual care for health questions or medical advice on common conditions. Plus, doctors can prescribe medication and refill prescriptions, if needed.

Call: 866-923-0409
24 hours, 7 days a week.



For Kaiser Permanente plan members

Kaiser Telehealth

Virtual care for ongoing conditions, follow-ups after a procedure, and prescriptions/refills; pediatric care, dermatology, and physical therapy also available.

Call: 800-813-2000
24 hours, 7 days a week.



Canopy app

For OEGB members (and dependents/ household members) with employer-purchased EAP coverage

Call: 800-433-2320
Text: 503-850-7721
24 hours, 7 days a week.

Contact Our Vendor Partners

			
<u>Website</u> 866-923-0409 <u>OEBBquestions@modahealth.com</u>	<u>Website</u> 503-813-2000	<u>Website</u> 800-433-2320 (Text: 503-850-7721) <u>info@canopywell.com</u>	<u>Website</u> Life Services Toolkit: 800-378-5742 Personal Health Advocate: 844-450-5543 Workplace Possibilities: 888-632-2789 Travel Assistance: 800-872-1414 (U.S., Canada, Puerto Rico, U.S. Virgin Islands, Bermuda) or 609-986-1234 (all other locations)



OEbbwellness.com

888-469-6322



GUÍA DE BIENESTAR

Recursos de bienestar de OEBB para todas las aventuras de la vida



El acondicionamiento físico, la salud mental y la estabilidad financiera conforman su bienestar total

Encuentre el apoyo que necesita para lograr sus metas de salud y bienestar. Instructores de salud, programas en línea y autoguiados, seminarios virtuales, y más, ¡hay algo para todos!

Haga clic en cualquiera de las siguientes áreas de salud para ver lo que tiene a su disposición.

Bienestar físico

Cuide su cuerpo con recursos para apoyar una buena nutrición y actividad física



Bienestar emocional

Mantenga la paz y el equilibrio en su vida con apoyo para su bienestar mental, emocional y social



Bienestar financiero

Reciba ayuda con presupuestación, reducción de la deuda, mejoramiento de su puntaje crediticio y la preparación para su futuro



Afecciones en curso

Viva su mejor vida mientras controla una condición en curso como diabetes, apnea del sueño, artritis, depresión y más



Bienestar de un vistazo

¿Busca recursos para un área de salud específica? Haga clic en cualquier lugar para obtener más información.

Sus planes de OEGB ofrecen muchas herramientas y recursos de bienestar diferentes.

moda
HEALTH

 **KAISER PERMANENTE®**

 **canopy**

 **TheStandard®**



Bienestar físico



Bienestar emocional



Bienestar financiero



Afecciones en curso



Ayuda inmediata para su atención 24/7





Bienestar físico

Haga clic en cualquiera de las tarjetas siguientes para obtener más información.



Para los miembros del plan de Moda Health

Programas personalizados específicos para usted a través de su Tablero para los Miembros de Moda 360, que también incluyen recordatorios de atención, asesoramiento sobre salud, productos de acondicionamiento físico, afiliaciones a gimnasios, control de peso y mucho más.



Para los miembros del plan de Kaiser Permanente

Asesoramiento personal para la salud, productos de acondicionamiento físico, programas virtuales, afiliaciones a gimnasios, control de peso y mucho más.



Para los miembros de OEGB que tienen la cobertura del EAP comprada por el empleador

Recursos para la salud física, acondicionamiento físico, nutrición, control del estrés y seguridad personal, incluidos asesoramiento, recursos en línea, descuentos en afiliaciones a gimnasios y apoyo en la salud de la fertilidad.



Bienestar emocional

Haga clic en cualquiera de las tarjetas siguientes para obtener más información.



Para los miembros del plan de Moda Health

Acceso a programas específicos para usted a través del Tablero para los Miembros Moda 360, como terapia virtual y asesoramiento de salud, junto con el apoyo de los campeones de salud del comportamiento.



Para los miembros del plan de Kaiser Permanente

Asesoramiento personal para la salud y aplicaciones de autoayuda para terapias de conciencia plena y cognitivas.



Para los miembros de OEGB que tienen la cobertura del EAP comprada por el empleador

Asesoramiento sobre la vida personal, sesiones de asesoramiento gratuitas, y asesoramiento en caso de crisis.



Para los miembros de OEGB que elijan la cobertura de incapacidad a corto plazo

Acceso a un intercesor de salud personal, que puede ayudarlo a navegar por las complejidades del sistema de atención médica.



Bienestar financiero

Haga clic en cualquiera de las tarjetas siguientes para obtener más información.



Para los miembros del plan de Moda Health

Use los recursos de estimación de costos de la atención médica. Mantenga su información financiera y médica segura a través de la protección de la identidad.



Para todos los miembros de OEGB

Busque en el directorio en línea los recursos comunitarios de su área, incluidos los programas de alimentos, vivienda, transportación, asistencia con el pago de facturas, y más.



Para los miembros de OEGB que tienen la cobertura del EAP comprada por el empleador

Protección contra robo de identidad, asesoramiento financiero, apoyo legal, programas para propietarios de casa, y más.



Para todos los miembros de OEGB

Recursos que incluyen planificación del patrimonio y financiera, apoyo a los beneficiarios de un seguro de vida, orientación sobre las adaptaciones por incapacidad y asistencia durante viajes.



Afecciones en curso

Haga clic en cualquiera de las tarjetas siguientes para obtener más información.



Para los miembros del plan de Moda Health

Programas personalizados específicos para usted. Use asesores personales para la salud, terapia física virtual, y programas para la prevención y el tratamiento de la diabetes, atención cardiovascular, control de la enfermedad renal crónica, y control de otras afecciones crónicas.



Para los miembros del plan de Kaiser Permanente

Asesoramiento personal para la salud para recibir apoyo individual sobre afecciones en curso y los recursos aplicables. Reciba también apoyo para la prevención de la diabetes y asista a clases sobre otras afecciones en curso.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Moda Health. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Moda Health

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-923-0409
- Aplicaciones: Para bajar las aplicaciones relacionadas con Moda Health, visite el [Sitio web de Moda Health](#).

¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- **Active&Fit Direct:** Descuentos en membresías de gimnasios. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para inscribirse.
- **Asesoramiento y recursos para la salud:** Asesor personal para la salud a fin de establecer metas de salud sostenibles, un mejor entendimiento de su bienestar, controlar sus afecciones en curso, y hacer cambios saludables en su estilo de vida. Para comenzar, llame al (855) 466-7155, o envíe un mensaje electrónico a healthcoachteam@modahealth.com.
- **ChooseHealthy:** Descuentos en productos y servicios de salud y de acondicionamiento físico. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para comenzar.
- **Gabbi:** Determine su riesgo de cáncer de seno. Los clínicos contestarán preguntas y coordinarán pruebas adicionales. También prepararán un plan para reducir su riesgo. Disponible sin costo para usted si tiene 18 años o más.
- **Sprout At Work:** Comunidad digital de bienestar integral diseñada para ayudarlo a adoptar hábitos saludables en su viaje hacia el bienestar. Baje la aplicación en Google Play Store, Apple Store, o visite su [Tablero para los Miembros](#).
- **Sword:** Atención con terapia física digital para tratar todas las afecciones musculoesqueléticas importantes. Su terapeuta físico creará y supervisará su programa individual, y está disponible para chatear en cualquier momento. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para comenzar.
- **Teladoc:** Conéctese con un proveedor de atención primaria para condiciones comunes, chequeos de rutina, opiniones de expertos y cuidado de bienestar. Teladoc también coordinará laboratorios o un especialista según sea necesario.
- **WeightWatchers:** Obtén un plan de nutrición, recetas, y apoyo de un entrenador.

¿Busca un proveedor? Utilice [Garner](#) para encontrar atención de alta calidad. Cuando visite a un Proveedor Principal recomendado por Garner, podrá recibir el reembolso por el costo de su visita.

Garner comenzará a reembolsarle por los costos médicos calificados a partir del 1 de octubre de 2025. Sin embargo, puede crear una cuenta y comenzar a buscar en el directorio de proveedores de Garner a partir del 15 de agosto de 2025.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Moda Health. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Moda Health

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-923-0409
- Aplicaciones: Para bajar las aplicaciones relacionadas con Moda Health, visite el [Sitio web de Moda Health](#).

¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- [Campeones de salud del comportamiento](#): Los dedicados campeones de salud del comportamiento de 360 le ayudarán a encontrar la atención, los servicios y el apoyo de salud mental adecuados.
- [Cyti Psychological](#) (solo Oregon): Beneficio de telesalud que ofrece asesoramiento de alta calidad individual, familiar y de parejas.
- [Equip Health](#): Tratamiento virtual de trastornos de alimentación para pacientes de 6 años o más.
- [Gemiini](#): Recursos y apoyo para niños con un trastorno del espectro autista y otros trastornos del desarrollo. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para comenzar.
- [Hazelden Betty Ford](#): Recursos para ayudarle a usted y a su familia a recuperarse de trastornos por uso de sustancias y condiciones de salud mental.
- [Meru Health](#): Este es un programa de tratamiento de 12 semanas para ayudar a reducir la ansiedad, la depresión y el agotamiento, directamente desde su teléfono, disponible para los miembros de 18 años o más.
- [Spring Health](#): Recursos integrales sobre salud mental que incluyen asesoramiento, terapia, ejercicios autoguiados, y más. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para comenzar.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGBB inscritos en el plan médico de Moda Health. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Moda Health

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-923-0409
- Aplicaciones: Para bajar las aplicaciones relacionadas con Moda Health, visite el [Sitio web de Moda Health](#).

¿Necesita atención
ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- **Calculadoras de costos de la atención médica:** Vea lo que pagará del bolsillo por los servicios médicos. Este recurso en línea le da estimados con base en sus beneficios médicos personales. Visite su [Tablero para los Miembros](#) y haga clic en "Healthcare Cost Estimator" (Calculadora de costos de atención médica).

Garner comenzará a reembolsarle por los costos médicos calificados a partir del 1 de octubre de 2025. Sin embargo, puede crear una cuenta y comenzar a buscar en el directorio de proveedores de Garner a partir del 15 de agosto de 2025.

- **Garner:** Encuentre proveedores de alta calidad y reciba el reembolso por el costo de su visita. Esto incluye su deducible, copago o coseguro. También incluye laboratorios o imágenes ordenados por un Proveedor Principal recomendado por Garner.
- **Health Navigator:** ¿Necesita ayuda para encontrar recursos y programas de ayuda con alimentos, vivienda, ropa, servicios públicos y más? Llame al equipo Health Navigator de Moda 360 al 866-923-0409 (usuarios TTY, llamen al 711).
- **Protección de IDX Identity:** Este servicio mantiene segura su información financiera y médica. Esté tranquilo mientras IDX explora constantemente para detectar actividades sospechosas relacionadas con su identidad. Cualquier cambio activa una notificación de alerta para que pueda tomar medidas inmediatamente. IDX vigila su crédito, reclamaciones médicas, cambios de domicilio, expedientes judiciales y préstamos hasta el día de pago, y usa la supervisión de la web oscura con CyberScan™.
- Inicie la sesión en su [Tablero para los Miembros](#) e inscribese sin costo para usted.
- **Recursos de farmacia:** Acceda a un conjunto de recursos de farmacia a través de Navtius para ver los costos de los medicamentos; revisar su historial de medicamentos con receta, reclamaciones y formularios; encontrar farmacias; y ver las interacciones farmacológicas.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | The Standard



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscritos en el plan médico de Moda Health. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Moda Health

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-923-0409
- Aplicaciones: Para bajar las aplicaciones relacionadas con Moda Health, visite el [Sitio web de Moda Health](#).

¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- **[Asesoramiento y recursos para la salud](#)**: Asesor personal para la salud a fin de establecer metas de salud sostenibles, un mejor entendimiento de su bienestar, controlar sus afecciones en curso, y hacer cambios saludables en su estilo de vida. Para comenzar, llame al (855) 466-7155, o envíe un mensaje electrónico a healthcoachteam@modahealth.com.
- **[Gabbi](#)**: Determine su riesgo de cáncer de seno. Los clínicos contestarán preguntas y coordinarán pruebas adicionales. También prepararán un plan para reducir su riesgo. Disponible sin costo para usted si tiene 18 años o más.
- **[Programa Teladoc de Control de la Diabetes](#)**: Obtenga una báscula inteligente, un plan de acción personalizado y asesoramiento y apoyo continuos de expertos.
- **[Programa de prevención Pre-D](#)**: Lo ayuda a identificar su riesgo de diabetes de tipo 2, y le proporciona apoyo y recursos profesionales sin costo alguno. En el programa están incluidas 22 sesiones virtuales en tiempo real con un instructor de salud. Para saber si usted es elegible, complete la [encuesta de selección del CDC](#).
- **[Sword](#)**: Atención con terapia física digital para tratar las afecciones musculoesqueléticas. Su terapeuta físico creará y supervisará su programa individual, y está disponible para chatear en cualquier momento. Visite su [Tablero para los Miembros](#) para comenzar.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard



**KAISER
PERMANENTE®**

¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Kaiser Permanente. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Kaiser Permanente

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 503-813-2000
- Aplicación:



¿Necesita atención
ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- [Active&Fit Direct](#): Descuentos en membresías y acceso de gimnasios.
- Clases de [Freedom from Tobacco](#).
- Complete una [evaluación de salud](#) personalizada: Revisión personalizada de su historial sanitario para identificar sus riesgos para la salud.
- Descuentos en productos y servicios de salud y de acondicionamiento físico de [ChooseHealthy](#).
- [Omada](#): Recursos gratuitos para perder peso, aumentar su energía, y asumir el control de su salud. Instructores de salud que le ayudan a preparar un plan personalizado. Disponible sin costo para usted si tiene 18 años o más.
- [Programa de estilo de vida digital](#): Incluye más movimiento, mejor sueño, abandono del tabaco, y más.
- Trabaje con un [asesor personal sobre salud](#): Trabaja con un coach para fijar objetivos y mejorar tu salud.
- [WeightWatchers](#): Obtén un plan de nutrición respaldado por la ciencia y personalizado para tu estilo de vida, seguidores, miles de recetas para inspirarte con las comidas y apoyo de un entrenador las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard



**KAISER
PERMANENTE®**

¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Kaiser Permanente. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Kaiser Permanente

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 503-813-2000
- Aplicación:



¿Necesita atención
ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- [Aplicaciones de cuidado personal](#): Incluye a Calm y Headspace.
- [Asesor personal sobre salud](#): Ayuda para dormir y comer mejor, además de estresarse menos.
- [Clases de educación sobre salud mental y corporal](#): Entrenamiento en grupo en línea e información sobre ayudas específicas para cada enfermedad.
- [Conciencia plena](#): Aprende sobre la conexión mente-cuerpo y cómo integrar momentos de atención plena en tu vida.
- [Directorio de recursos comunitarios](#): Encuentre recursos y programas comunitarios sobre comida, vivienda, transporte, pago de facturas, y más.
- [Entienda su salud mental](#): Centro de contenido con información sobre dónde acceder la atención, evaluaciones de cuidado personal, y más.
- [Involúcrese para encontrar sus palabras](#): Campaña pública de concienciación en la salud mental de Kaiser Permanente para combatir el estigma, desarrollar resiliencia, y ayudar a las personas a encontrar apoyo para la salud mental.
- [Programa de estilo de vida digital](#): Incluye la reducción del estrés y más.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard**KAISER
PERMANENTE®****¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?**

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Kaiser Permanente. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

**Comuníquese con
Kaiser Permanente**

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 503-813-2000
- Aplicación:



**¿Necesita atención
ahora? Haga clic [aquí](#).**

**Bienestar
físico****Bienestar
emocional****Bienestar
financiero****Afecciones
en curso**

- **[Directorio de recursos comunitarios](#):** Recursos en línea si necesita ayuda con comida, vivienda, pago de internet y de otros servicios públicos, y más. Además, explore el directorio de programas y servicios comunitarios en su área. Esto está disponible para todos los miembros de OEGB.

Moda Health | **Kaiser Permanente** | Canopy | The Standard



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB inscriptos en el plan médico de Kaiser Permanente. (Vea los requisitos adicionales en los enlaces de beneficios.)

Comuníquese con Kaiser Permanente

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 503-813-2000
- Aplicación:



¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Afecciones en curso

- **[Asesor personal sobre salud](#)**: Trabaja con un coach para fijar objetivos y mejorar tu salud.
- **[Clases de educación para la salud y afecciones crónicas en curso](#)**: Acceso a clases a demanda o virtuales. Los temas incluyen cambios para un estilo de vida saludable a fin de mejorar su salud, apoyo para un diagnóstico de cáncer, control del dolor crónico y la vida con afecciones en curso (como diabetes, artritis y asma).
- **[Programa digital de manejo de la diabetes de Omada](#)**: Recursos y apoyo gratuitos de un instructor de salud dedicado para apoyar la pérdida de peso, el aumento de energía, y el control de su salud. Disponible sin costo para usted si tiene 18 años o más.
- **[Programa de estilo de vida digital](#)**: Incluye la pérdida de peso, una alimentación saludable, y más.
- **[Programa digital para bajar de peso de Omada](#)**: Esta estrategia alternativa de control de peso incluye instrucción y lecciones personalizadas. Disponible sin costo para usted si tiene 18 años o más.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy es el Programa de Asistencia para los Empleados (EAP) de OEGB.



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB con cobertura del EAP comprada por el empleador.

Comuníquese con Canopy

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 800-433-2320
- Texto: 503-850-7721
- Aplicación:



¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

- Apoyo para la salud de la fertilidad.
- Reciba descuentos en membresías de gimnasios.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy es el Programa de Asistencia para los Empleados (EAP) de OEGB.



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB con cobertura del EAP comprada por el empleador.

Comuníquese con Canopy

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 800-433-2320
- Texto: 503-850-7721
- Aplicación:



¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

- Acceda a terapia digital y apoyo a través de Enlight. Realice una evaluación de salud conductual, monitoree sus objetivos, encuentre herramientas de relajación y más.
- Acceso a asesoramiento en caso de crisis 24/7, 365 días al año.
- Conéctese con un instructor de la vida personal.
- Reciba ocho sesiones de asesoramiento gratuitas por incidente.
- Únase a una comunidad anónima de apoyo de pares 24/7/365 para conectarse con otras personas que tienen problemas similares. Los chateos son moderados por profesionales clínicos con licencia. También puede participar en cursos de salud mental y en autoevaluaciones. Inicie la sesión en [Canopy](#) y seleccione el botón "Peer Support – Chat now" (Apoyo de pares - chatee ahora) de la banda superior.

Moda Health | Kaiser Permanente | **Canopy** | The Standard

Canopy es el Programa de Asistencia para los Empleados (EAP) de OEGB.



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Los miembros de OEGB con cobertura del EAP comprada por el empleador.

Comuníquese con Canopy

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 800-433-2320
- Texto: 503-850-7721
- Aplicación:



¿Necesita atención ahora? Haga clic [aquí](#).

Bienestar físico

Bienestar emocional

Bienestar financiero

Hable con un consejero o use los recursos en línea relacionados con:

- Asesoramiento financiero.
- Consultas legales, kit para testamentos, y otros recursos legales en línea.
- Cuidados de niños y de ancianos.
- Programa para dueños de casa y apoyo con la vivienda.
- Robo de identidad.
- Seguro para mascotas.

Para acceder los servicios y los programas del EAP en línea, [regístrese en una cuenta Canopy](#).
Nombre de la compañía: OEGB

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | **The Standard**

Bienestar emocional

Bienestar financiero



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Miembros de OEGB inscritos en la cobertura de vida o incapacidad.

Comuníquese con The Standard

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-756-8115
- Aplicación:



- **Intercesor de salud personal:** Si tiene una reclamación por incapacidad a corto plazo, no hay necesidad de que se enfrente al sistema de atención médica usted solo. Se puede conectar con un intercesor de salud personal, sin costo adicional, que lo puede ayudar a:
 - Entender y aprovechar al máximo sus beneficios médicos.
 - Comprender su diagnóstico e investigar las opciones de tratamiento.
 - Encontrar y programar citas con los médicos y los especialistas correctos, particularmente en el caso de afecciones complejas cuando es apropiada una segunda opinión.
 - Localizar a especialistas en embarazos de alto riesgo y encontrar pediatras.
 - Administrar sus gastos del bolsillo encontrando servicios alternativos e información sobre los costos.
 - Resolver reclamaciones y problemas de facturación de servicios médicos.
 - Encontrar recursos que podrían no estar cubiertos por sus beneficios de OEGB.

Moda Health | Kaiser Permanente | Canopy | **The Standard**



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Miembros de OEGB inscriptos en la cobertura de vida o incapacidad.

Comuníquese con The Standard

- [Sitio web](#)
- Teléfono: 866-756-8115
- Aplicación:



Bienestar emocional

Bienestar financiero

- **Asistencia durante viajes:** Esto está disponible para todos los miembros de OEGB, sus cónyuges y sus hijos de hasta 25 años cuando viajan más de 100 millas de su hogar o internacionalmente. Ofrece asistencia antes y durante su viaje, incluidas recomendaciones sobre vacunaciones, reemplazo de tarjetas de crédito y pasaportes, y coordinación en caso de equipaje perdido y efectivo de emergencia.
- **Kit de recursos de los servicios del seguro de vida:** Estos recursos en línea, que están disponibles para todos los miembros de OEGB, pueden ayudarlo a preparar un testamento, hacer planes para un funeral, organizar sus finanzas, trabajar hacia sus metas de bienestar, y protegerse contra el robo de identidad. Además, los beneficiarios del seguro de vida cuentan con apoyo en caso de duelo, servicios legales y asistencia financiera.
- **Workplace Possibilities:** Esto está disponible para todos los miembros de OEGB. Si usted tiene una lesión o un problema médico, su equipo de Workplace Possibilities puede ayudarlo con adaptaciones en el lugar de trabajo para que pueda seguir trabajando, o puede ayudarlo a preparar un plan para regresar a su lugar del trabajo después de una incapacidad. Los ejemplos incluyen evaluaciones ergonómicas y trabajos ligeros que usted puede hacer mientras se recupera.

¿Necesita atención ahora?

Telesalud está disponible sin costo alguno para todos los miembros de OEGB y a sus dependientes inscritos en un plan médico. Además, Canopy ofrece asesoramiento en caso de crisis 24/7.



Para los miembros del plan de Moda Health

Teladoc: Atención primaria virtual para afecciones frecuentes, reconocimientos médicos de rutina, salud mental, opiniones de expertos y atención preventiva.

CirrusMD app: Atención virtual para preguntas sobre salud o consejo médico sobre afecciones frecuentes. Además, los médicos pueden recetar medicamentos y reabastecer recetas, si es necesario.

Llame al: 866-923-0409
24 horas, 7 días a la semana.



Para los miembros del plan de Kaiser Permanente

Kaiser Telehealth: Atención virtual para afecciones en curso, seguimientos después de un procedimiento y recetas y reabastecimiento de sus medicamentos; también hay disponibles atención pediátrica, dermatología y terapia física.

Llame al: 800-813-2000
24 horas, 7 días a la semana.



Aplicación de Canopy: Para los miembros de OEGB (y sus dependientes y miembros de la familia) con cobertura del EAP comprada por el empleador.

Llame al: 800-433-2320
Texto: 503-850-7721
24 horas, 7 días a la semana.

Comuníquese con nuestros proveedores asociados

			
<u>Sitio web</u> 866-923-0409 OEBBquestions@modahealth.com	<u>Sitio web</u> 503-813-2000	<u>Sitio web</u> 800-433-2320 (Texto: 503-850-7721) info@canopywell.com	<u>Sitio web</u> Kit de recursos de los servicios del seguro de vida: 800-378-5742 Intercesor de salud personal: 844-450-5543 Workplace Possibilities: 888-632-2789 Asistencia durante viajes: 800-872-1414 (EE. UU., Canadá, Puerto Rico, Islas Vírgenes estadounidenses, Bermudas) o 609-986-1234 (en todos los demás lugares)

